

Progetto di Mentoring per l'Orientamento

Presentazione

Il percorso proposto è rivolto agli studenti del Liceo Scientifico Filippo Lussana che stanno vivendo una fase di riflessione sulla propria identità, sulle scelte scolastiche già intraprese e sulle decisioni future. Attraverso un approccio esperienziale e collaborativo, gli studenti avranno l'opportunità di approfondire la conoscenza di se stessi, esplorare possibilità future e sviluppare competenze trasversali per pianificare il proprio percorso personale e professionale.

Il programma si ispira al *Life Design*, un metodo che incoraggia a progettare il proprio futuro con creatività e consapevolezza, promuovendo un atteggiamento proattivo di fronte alle scelte e ai cambiamenti. Al termine del percorso, gli studenti saranno in grado di sviluppare una visione chiara delle proprie potenzialità e costruire un piano d'azione personale.

Obiettivi del percorso

- Favorire una maggiore consapevolezza delle proprie attitudini, valori e interessi.
- Supportare gli studenti nella riflessione sulle proprie scelte scolastiche e personali.
- Sviluppare competenze utili per affrontare con fiducia le sfide future.
- Promuovere la capacità di immaginare e sperimentare possibilità alternative per il proprio percorso di vita.

ARTICOLAZIONE DEL PERCORSO

Modulo 1 - Parti da te stesso

Quando:

Tema: Dove ti trovi ora?

- Convinzione limitante: "Dovrei già sapere esattamente cosa fare del mio futuro."
- Riformulazione: Non puoi decidere il futuro finché non comprendi chi sei e dove sei oggi.

Esperienza proposta:

- Cosa: Riflessione su interessi, passioni e valori personali.
- Come: Creare una "Carta d'identità personale" per individuare le connessioni tra sé e le proprie scelte.

- Perché: Chiarire chi sei oggi ti aiuta a definire il prossimo passo con maggiore consapevolezza.

Esercizi:

- Completa la tua Carta d'Identità seguendo un modello strutturato.
- Condividi i risultati in gruppo per confrontarti e arricchire la riflessione.

Modulo 2 - Esplora le tue motivazioni

Quando:

Tema: Cosa ti guida e ti dà energia?

- Convinzione limitante: "Le decisioni importanti devono essere solo razionali."
- Riformulazione: L'interesse e la passione sono importanti quanto la razionalità.

Esperienza proposta:

- Cosa: Analisi di attitudini, valori e momenti di maggiore coinvolgimento personale.
- Come: Creare una dashboard Salute/Gioco/Lavoro/Relazioni e tenere un diario dei momenti che ti energizzano.
- Perché: Capire cosa ti motiva ti permette di orientarti verso scelte che ti rappresentano davvero.

Esercizi:

- Completa la dashboard e rifletti sulle aree di equilibrio o squilibrio.
- Descrivi le attività e i contesti in cui ti senti più coinvolto e soddisfatto.

Modulo 3 - Genera possibilità

Quando:

Tema: Quali possibilità riesci a immaginare per il tuo futuro?

- Convinzione limitante: "Devo prendere la decisione perfetta."
- Riformulazione: Più idee esploro, più opportunità posso creare.

Esperienza proposta:

- Cosa: Progettazione di traiettorie future alternative.
- Come: Utilizzo di mappe mentali e sviluppo di "Progetti Odissea" (tre versioni di futuri desiderabili).
- Perché: Esplorare scenari diversi permette di generare idee innovative e flessibili.

Esercizi:

- Realizza tre "Progetti Odissea" per immaginare percorsi di vita alternativi (accademici, professionali, personali).

- Identifica i valori e le priorità dietro ogni progetto.

Modulo 4 - Testa le tue ipotesi

Quando: Tema: Come puoi mettere alla prova le tue idee?

- Convinzione limitante: “Devo sapere tutto prima di iniziare.”
- Riformulazione: Testare le idee sul campo è il modo migliore per imparare e migliorare.

Esperienza proposta:

- Cosa: Pianificare esperienze pratiche per verificare le opzioni immaginate.
- Come: Progettare attività di esplorazione (stage, volontariato, interviste, associazionismo).
- Perché: Sperimentare ti permette di raccogliere informazioni preziose e affinare il tuo progetto.

Esercizi:

- Pianifica un'attività pratica per testare ogni Progetto Odissea.
- Identifica persone o risorse da contattare per supportarti.

Momento conclusivo con le famiglie

Quando:

Cosa: Workshop partecipativo con studenti e famiglie.

- Presentazione dei progetti elaborati dagli studenti.
- Confronto sulle possibilità future.
- Attività interattive per riflettere insieme su valori, scelte e obiettivi.

Strumenti e risorse

- Modelli per la “Carta d'Identità personale” e la dashboard.
- Template per i “Progetti Odissea.”
- Guida per la pianificazione di esperienze pratiche.

Collaborazioni:

- Professionisti locali e alunni del Liceo Lussana che possano condividere testimonianze e consigli.
- Università e associazioni del territorio per offrire spunti e opportunità di esplorazione.

Obiettivo finale:

Accompagnare gli studenti in un percorso di consapevolezza personale e orientamento, fornendo strumenti per affrontare con fiducia le sfide e costruire il proprio futuro in linea con i valori e le attitudini personali.